



Reprise des cours

Mercredi 11 Septembre :

18h30-19h30 : Gym
(Tonification de l'ensemble du corps)

19h30-20h30 : Pilates
(travail postural)

Jeudi 12 Septembre :

9h30-10h30 : Gym d'entretien
(renforcement musculaire, cardio, pilates, étirements)

Mardi 10 Septembre :

18h15-19h30 : Yoga

2 Séances d'essais gratuites en Septembre

Tarifs annuels par personne: Mercredi 145€ pour 1 cours, 250€ 2 cours
Gym jeudi 150€, Yoga 211€ (adhésion comprise dans le prix indiqué)
Possibilité de régler en deux chèques à l'inscription